

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TERJADINYA  
KEKAMBUHAN ASMA DI UOBF PUSKESMAS  
REMBANG PASURUAN**



**RINDAH WULANDARI  
NIM : 202001074**

**PRODI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO  
2024**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rindah Wulandari

Nim : 202001074

Program Studi : Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Bina  
Sehat PPNI Mojokerto

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan ataupun pikiran saya. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Sidoarjo, 16 Agustus 2024



Rindah Wulandari

NIM: 202001074

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk disajikan dalam upaya sidang skripsi dalam program studi S1 Keperawatan

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Terjadinya Kekambuhan Asma DI UPTD Puskesmas Rembang Pasuruan.

Nama : Rindah Wulandari.

NIM : 202001074

Pada Tanggal : 16 Agustus 2024

Pembimbing I

Oleh :

Pembimbing I

PPNI

Ima Rahmawati, M.Si.M.Kep

162 601 029

Pembimbing II

Raras Merbawani, S.Kep.Ns.,M.Hkes

162 601 119



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

# UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>  
• [info@ubs-ppni.ac.id](mailto:info@ubs-ppni.ac.id)

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223  
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : RINDAH WULANDARI  
NIM : 202001074  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Pada Tanggal : 03 September 2024  
Judul Skripsi : "Hubungan aktivitas fisik dengan frekuensi  
kekambuhan asma di UPTD Puskesmas Rembang  
Pasuruan "


Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

### DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)  
Penguji 1 : Ima Rahmawati, M.Si., M.Kep. (.....)  
Penguji 2 : Raras Merbawani, S.Kep.Ns.,M.HKes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto  
Tanggal : 3 September 2024

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

  
Ana Zakiyah, M.Kep  
NIK : 162 601 036

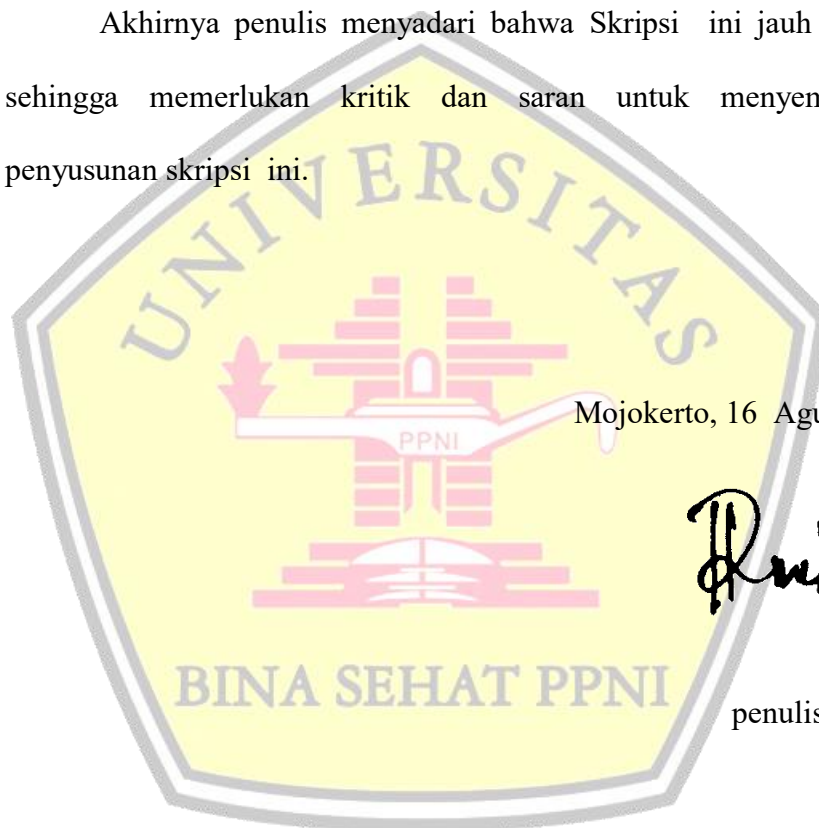
## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dari karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **"Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Terjadinya Kekambuhan Asma Di UOBF Puskesmas Rembang Pasuruan"** Selesaiannya penulisan skripsi ini tak lepas dari bantuan dan dukungan serta dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hasil tulus kepada :

1. Dr. Arif Kurnianto selaku Kepala Puskesmas Rembang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan studi pendahuluan.
2. Dr. Windu Santoso, S.kep.Ns.,M.Kes selaku Rektorat Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
3. Dr. Tri Ratnaningsih, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
4. Ana Zakiyah, M.Kep selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
5. Enny Virda Yuniarti, S.Kep.Ns., M.Kes selaku penguji skripsi yang telah meluangkan waktunya.
6. Ima Rahmawati, M.Si.M.Kep selaku pembimbing I skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis.

7. Raras Merbawani, S.Kep.Ns.,M.Hkes selaku pembimbing II skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis.
8. Staff Dosen dan Karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto
9. Responden yang telah meluangkan waktu dan bekerjasama untuk memberikan data yang dibutuhkan oleh peneliti.

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini jauh sempurna sehingga memerlukan kritik dan saran untuk menyempurnakan penyusunan skripsi ini.



Mojokerto, 16 Agustus 2024

*Ruch*

penulis



## DAFTAR ISI

<u>HALAMAN JUDUL DEPAN</u> .....	i
<u>HALAMAN JUDUL DALAM</u> .....	i
<u>SURAT PERNYATAAN</u> .....	ii
<u>LEMBAR PERSETUJUAN</u> .....	iii
<u>LEMBAR PENGESAHAN</u> .....	iv
<u>KATA PENGANTAR</u> .....	v
<u>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</u> .....	vii
<u>ABSTRAK</u> .....	x
<u>DAFTAR ISI</u> .....	xii
<u>DAFTAR TABEL</u> .....	xv
<u>DAFTAR GAMBAR</u> .....	xvi
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u> .....	xvii
<u>BAB 1 PENDAHULUAN</u> .....	1
<u>1.1 Latar Belakang Masalah</u> .....	1
<u>1.2 Rumusan Masalah</u> .....	4
<u>1.3 Tujuan Penelitian</u> .....	4
<u>1.3.1 Tujuan Umum</u> .....	4
<u>1.3.2 Tujuan Khusus</u> .....	4
<u>1.4 Manfaat Penelitian</u> .....	4
<u>1.4.1 Mafaat Teoritis</u> .....	4
<u>1.4.2 Manfaat Praktis</u> .....	5
<u>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</u> .....	6
<u>2.1 Konsep Teori Aktivitas fisik</u> .....	6
<u>2.1.1 Definisi Aktivitas Fisik</u> .....	6
<u>2.1.2 Manfaat Aktivitas Fisik</u> .....	7
<u>2.1.3 Intensitas Aktivitas Fisik</u> .....	8
<u>2.1.4 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik</u> .....	10
<u>2.1.5 Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Asma</u> .....	11
<u>2.1.6 Alat Ukur Aktivitas Fisik (IPAQ)</u> .....	12
<u>2.2 Konsep Teori Asma</u> .....	15

2.2.1	<u>Definisi Asma</u>	15
2.2.2	<u>Jenis – jenis Asma</u>	16
2.2.3	<u>Etiologi</u>	17
2.2.4	<u>Manifestasi Klinis Asma</u>	17
2.2.5	<u>Patofisiologi Asma</u>	19
2.2.6	<u>Diagnosa Asma</u>	20
2.2.7	<u>Penatalaksanaan Asma</u>	24
2.2.8	<u>Edukasi Mengenai Asma</u>	25
2.2.9	<u>Konsep Kekambuhan</u>	25
2.2.10	<u>Asthma Control Test (ACT)</u>	27
2.2.11	<u>Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Asma</u>	28
2.3	<u>Kerangka Teori</u>	29
2.4	<u>Kerangka Konsep</u>	30
2.5	<u>Hipotesis Penelitian</u>	31
2.6	<u>Jurnal Yang Relevan</u>	31
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>		37
3.1	<u>Desain penelitian</u>	37
3.2	<u>Populasi, Sampling, dan Sampel</u>	37
3.2.1	<u>Populasi</u>	37
3.2.2	<u>Sampling</u>	38
3.2.3	<u>Sample</u>	38
3.3	<u>Identifikasi Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional</u>	39
3.3.1	<u>Identifikasi Variabel</u>	39
3.3.2	<u>Definisi Operasional</u>	39
3.4	<u>Prosedur Penelitian</u>	41
3.5	<u>Pengumpulan Data</u>	44
3.5.1	<u>Instrumen</u>	44
3.5.2	<u>Lokasi dan waktu penelitian</u>	46
3.6	<u>Analisa Data</u>	46
3.7	<u>Pengolahan Data</u>	47
3.8	<u>Etika Penelitian</u>	50



3.8.1 <i>Informed Consent</i> .....	50
3.8.2 <i>Anonimity</i> (tanpa nama).....	51
3.8.3 <i>Confidentiality</i> (kerahasiaan).....	51
3.9 Keterbatasan Penelitian.....	51
<b>BAB 4 PEMBAHASAN</b> .....	53
4.1 <u>Gambaran Lokasi Penelitian</u> .....	53
4.2 <u>Hasil Penelitian</u> .....	53
4.2.1 <u>Data Umum</u> .....	54
4.2.2 <u>Data Khusus</u> .....	56
4.2 <u>Pembahasan</u> .....	58
<b>BAB 5 KESIMPULAN</b> .....	68
5.1 <u>Kesimpulan</u> .....	68
5.2 <u>Saran</u> .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	71



## DAFTAR LAMPIRAN

<u>Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan</u> .....	74
<u>Lampiran 2 Surat Permohonan Studi Penelitian Bakesbangpol</u> .....	75
<u>Lampiran 3 Surat Permohonan Studi Penelitian Dinas Kesehatan</u> .....	76
<u>Lampiran 4 Surat Permohonan Studi UOBF Puskesmas</u> .....	77
<u>Lampiran 5 Lembar Penjelasan kepada calon responden</u> .....	78
<u>Lampiran 6 Lembar Persetujuan (Informed Consent)</u> .....	79
<u>Lampiran 7 Lembar Kuisisioner</u> .....	80
<u>Lampiran 8 Tabulasi Data</u> .....	85
<u>Lampiran 9 Coding</u> .....	87
<u>Lampiran 10 Cosstabulating</u> .....	92
<u>Lampiran 11 Hasil Uji Spearman Rho</u> .....	93
<u>Lampiran 12 Hasil Uji Similaritas</u> .....	94
<u>Lampiran 13 Lembar Pengajuan Judul Skripsi</u> .....	95
<u>Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi</u> .....	96
<u>Lampiran 15 Lembar Dokumentasi</u> .....	103



## DAFTAR PUSTAKA

- Global Initiative for Asthma (GINA) (2022) Pocket Guide for Asthma Management and Prevention. Tersedia pada: [https://ginasthma.org/wpcontent/uploads/2018/03/wms-GINA-main-pocket-guide\\_2018-v1.0.pdf](https://ginasthma.org/wpcontent/uploads/2018/03/wms-GINA-main-pocket-guide_2018-v1.0.pdf) (Diakses: 12 February 2024)
- World Health Organization (WHO) (2018) Physical Activity and Adults. Tersedia pada: [https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_adults/en/](https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_adults/en/) (Diakses: 12 February 2024).
- Kemenkes RI. 2018. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Kemenkes RI. Jakarta. Diakses: 12 Februari 2024).
- Departement of Health Australia (2018) Types of physical activity, NATIONAL PHYSICAL ACTIVITY RECOMMENDATIONS FOR OLDER AUSTRALIANS: DISCUSSION DOCUMENT. Tersedia pada: <http://www.health.gov.au/internet/publications/publishing.nsf/Content/phd-physical-rec-older-disc~chapter-8~chapter-8-2> (Diakses: 20 february 2024).
- Tudor-Locke, C. et al. (2018) "American Time Use Survey." Human Kinetics Journal 6(3). hal 347-353 <https://doi.org/10.1123/jpah.6.3.347>
- Carson, K. V et al. (2018) "Physical training for asthma." Cochrane Database System Review, hal 15 doi: doi/10.1002/14651858.CD001116.pub4.
- Kementrian Kesehatan RI (2018) Hasil RISKESDAS Kementrian Kesehatan 2018. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI. Tersedia pada: [www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil Riskesdas 2018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil_Riskesdas_2018.pdf) %0A (Diakses: 12 Februari 2024).
- Kementrian Kesehatan RI (2018) Infodatin: You Can Control Your Asthma. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI. Diakses: 12 Februari 2024).
- Borak, J. dan Lefkowitz, R. . (2016) "Bronchial hyperresponsiveness," Occupational Medicine, 66(2), hal. 95–105. doi: <https://doi.org/10.1093/occmed/kqv158>
- Morris, M. J., Pearson, D. J. dan Mosenifar, Z. (2023) Patophysiology Asthma, Asthma. Tersedia pada: <https://emedicine.medscape.com/article/296301-overview#a4> (Diakses: 27 februari 2024).
- <http://katalogdisperpusipbondowoso.perpusnas.go.id/detail-opac?id=3639.%0A>(Diakses: 17 maret 2024).
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta, CV

- World Health Organization (WHO) (2018) Physical Activity and Adults. Tersedia pada: [https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_adults/en/](https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_adults/en/) (Diakses: : 17 maret 2024).
- Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo. Metodolgi Penelitian Kesehatan. *Rineka Cipta*. 2018;1:243.
- Adiputra IMS, Trisnadewi NW, Oktaviani NPW, Munthe SA. Metodologi Penelitian Kesehatan. Published online 2021.
- Arikunto, S. (2019) Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta. Murti,
- Ns. Nurfalah Setyawati, Hartowidi Yulawuri SR. *Metodologi Riset Kesehatan*.; 2023. <http://www.nber.org/papers/w16019>
- Ridha Hidayat 1 HH. PENGARUH PELAKSANAAN SOP PERAWAT PELAKSANA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN DI RAWAT INAP RSUD BANGKINANG. *Andrew's Dis Ski Clin Dermatology*. 2019;3(23):84-96.
- World Health Organization (WHO) (2018) Fact Sheet: Asthma. Tersedia pada: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/asthma> (Diakses: 17 maret 2024).
- World Health Organization (WHO) (2017) Chronic Respiratory Disease: Asthma. Tersedia pada: <https://www.who.int/respiratory/asthma/en/> (Diakses: 17 maret 2019)
- Danusantoso. (2016). Buku Saku Ilmu Penyakit Paru (Kedua). EGC. Dinkes,
- ida bagus suta. Compheasive approach of asma. Published online 2020.
- Rio Wijayanto. HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TINGKAT KONTROL ASMA. *J Berk Epidemiol*. 2020;5(1):90-96. <https://core.ac.uk/download/pdf/235085111.pdf> website: <http://www.kemkes.go.id> [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK\\_No\\_57\\_Tahun\\_2013\\_tentang\\_PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK_No_57_Tahun_2013_tentang_PTRM.pdf) [https://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/list/15242profil-anak-indonesia\\_-2019.pdf](https://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/list/15242profil-anak-indonesia_-2019.pdf)
- Yuliana eka Gambaran Aktivitas Fisik dan Tekanan Darah pada Petani di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpersari Kabupaten Jember Tersedia pada: <https://repository.unej.ac.id/xmlui/handle/123456789/110891?show=full> (diakses pada : 10 juli 20
- Haq, Rosma Karinna.2018. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Serangan Asma Pada Pasien Asma Bronkial Di BP4 Semarang. *Jurnal KesMaDaSka*, 1 (1) : 26-33.
- Putri, Mahardila Riski. 2018. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Serangan

Asma pada Pasien Asma Bronkial di Balai Kesehatan Paru Masyarakat  
(BKPM) Semarang. JPTUNIMUS. <http://digilib.unimus.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jtptunimus-gdl-mahardilar-6080/> diakses 13  
juli 2024

